

Ćwiczenie: Decyzje mają konsekwencje

Każdego dnia podejmujemy tysiące decyzji. Wiele z nich jest łatwych, ale inne są złożone, stresujące, albo jedno i drugie. Ponieważ jest tak wiele decyzji i ponieważ są one dosłownie widłami na drodze z niezwykle wpływem na wyniki, koszty, czas, uczucia i relacje. Sposób podejmowania decyzji jest niezwykle ważny. Dlatego właśnie podejmowanie decyzji jest najważniejszym priorytetem, kiedy pracujemy z klientami. Ale jak podejmować trudne decyzje? Czasami nie jesteśmy w stanie podjąć decyzji ze względu na kilka czynników:

- Boimy się, że dokonamy złego wyboru.
- Nie wiemy, jakie konsekwencje będzie miała ta decyzja.
- Mamy zbyt wiele nieuporządkowanych informacji i nie wiemy, co jest istotne.
- Nie jesteśmy przyzwyczajeni do podejmowania ważnych decyzji każdego dnia.

Metoda oparta na piśmie jest skuteczna, jeśli masz już jasny cel i musisz rozważyć opcje, aby go osiągnąć, ponieważ pomaga przeanalizować, jak zmniejszyć negatywny wpływ, jaki może mieć każda decyzja. Dlatego nadaje się również do podejmowania decyzji, na które nie można odpowiedzieć zwykłym tak lub nie. Wizualizacja każdej opcji na piśmie daje większą strukturę twojemu procesowi myślowemu i pomaga ci trzymać się swojej decyzji.

Na to ćwiczenie należy zaplanować co najmniej 20 minut. Jeśli możesz, uzyskaj informacje zwrotne od kolegów lub przyjaciół na temat swojego wyniku.

1. Określenie etapów procesu decyzyjnego. Na przykład:

- Proszę opisać swój problem.
- Wyjaśnij cel: co chcesz osiągnąć dzięki swojej decyzji i dlaczego?
- Opisz swoje opcje.
- Opisać konsekwencje każdej z opcji, zarówno pozytywne, jak i negatywne.
- Oceń prawdopodobieństwa: Są pewne konsekwencje, które są bardziej prawdopodobne niż inne, twój proces decyzyjny musi to uwzględnić.
- Ustal priorytety: Po opisaniu możliwych wyników, oceń wysoki lub niski wpływ konsekwencji.
- Oceń konsekwencje i podejmij decyzję.

(Lub wykonaj 8 kroków do podjęcia dobrej decyzji [[LINK](#)] w poprzednim ćwiczeniu.)

2. Określenie i wyjaśnienie czynników, które mogą mieć wpływ na proces decyzyjny, a także podanie przykładów decyzji, na które wpływ miał jeden lub więcej z tych czynników (np. wartości ekonomiczne, społeczne, osobiste itp.).
3. Zidentyfikowanie i wyjaśnienie strategii decyzyjnych, które stosowanie były w przeszłości i podanie przykładów ich zastosowania.
4. Zidentyfikowanie, jak te strategie zadziałały/nie zadziałały. Jakie czynniki mogły mieć wpływ na wybór strategii?
5. Jakie to miało konsekwencje?

Teraz wykorzystaj swoje umiejętności podejmowania decyzji:

- Zidentyfikuj trzy decyzje, które starasz się podjąć (np. zrobienie sobie przerwy, przeprowadzka, kupno samochodu, zmiana pracy itp.)
- Zastosuj swoją strategię decyzyjną do każdej decyzji.
- Analizuj decyzje: Jakie konsekwencje będą miały te decyzje?